

КАК ВОСПИТЫВАТЬ РЕБЕНКА БЕЗ ФИЗИЧЕСКОГО НАКАЗАНИЯ.

➤ СОБЛЮДАТЬ ГРАНИЦЫ ДОЗВОЛЕННОГО.

Все, что необходимо непослушному ребенку, это четкое и однозначное осуждение его поступка.

➤ УСТАНОВИТЬ ПРАВИЛА

Наказание будет справедливым, только если мы заранее установили правила поведения и ребенок знает о них.

➤ НЕ ЛИШАТЬ ЛЮБВИ

Даже когда мы его наказываем, ребенок должен быть уверен, что он по-прежнему любим: плохой для нас не он сам, а его поступок.

ПЯТЬ ПРИЧИН, ПО КОТОРЫМ НЕ СТОИТ БИТЬ РЕБЕНКА

ЭТО В ЛЮБОМ СЛУЧАЕ УДАР, сам по себе достойный осуждения.

ЭТО ПРИЗНАНИЕ СВОЕЙ СЛАБОСТИ: родитель не смог совладать с собой, и это роняет его

авторитет в глазах ребенка. Ребенок делает вывод, что своими провокациями он может взять верх над взрослым.

ЭТО ДЕЛАЕТ НАСИЛИЕ ЧЕМ-ТО ОБЫЧНЫМ: взрослый дает понять, что физическая сила – единственное безотказное средство решения конфликта. Есть опасность, что ребенок усвоит это правило и в свою очередь станет выбирать формы поведения, связанные с насилием.

ЭТО УНИЗИТЕЛЬНО: ребенок чувствует себя недостаточно любимым, он все хуже и хуже ведет себя... и получает новые шлепки. Этот порочный круг побуждает и ту, и другую сторону ко все большему насилию и препятствует формированию у ребенка самоуважения.

ЭТО НЕЭФФЕКТИВНО: если ребенок и уступает, то из чувства страха, а не из-за признания своей вины. Он не извлекает из этого наказания никакого урока; причины конфликта не исчезают, наоборот, они провоцируют следующий кризис в отношениях. Да, под влиянием эмоций самый принципиальный родитель может ударить ребенка. Но спустя время, когда кризис миновал, объясните, не путаясь в извинениях: «Я не хотел этого делать, но твое поведение (слова, поступок) вывело меня из себя». Эта фраза покажет ребенку, что вы понимаете бессмысленность физического наказания. И, возможно, станет первым шагом к вашему диалогу.

ФОРМУЛА ЗДОРОВОГО РОДИТЕЛЬСТВА

выводится из двух основных компонентов – из любви и строгости, которые приводят в действие целую систему поощрений и пресечений. Любое сосредоточение на любви, в ущерб строгости и справедливости порождает неуважение к авторитету и власти родителей. И, наоборот, авторитарная, подавляющая атмосфера в доме глубоко обижает ребенка, который думает, что его не любят и даже ненавидят. И так, главная задача родителей – добиться точного баланса между милосердием и справедливостью, между нежностью и требовательностью, между любовью и строгостью.

ПОРКА – ЭТО ПЕРВЫЙ ВЕРШОК АРШИННОЙ ДУБИНЫ НАСИЛИЯ. ИМЕННО ИЗ НЕ РОЖДАЮТСЯ ДРАКИ, А, В КОНЦЕ КОНЦОВ – УБИЙСТВА, ИЗНАСИЛОВАНИЯ, ТЕРРОРИЗМ. ПРИНЯТОЕ ДОМА ПОВЕДЕНИЕ ФОРМИРУЕТ МАЛЕНЬКОГО ЧЕЛОВЕКА И ПОДТАЛКИВАЕТ ЕГО В ПОЛЬЗУ НАСИЛИЯ, КОГДА ОН НЕ ЗНАЕТ, КАК ЕЩЕ ПОСТУПИТЬ.

МЕХАНИЗМ РАЗВИТИЯ КОНФЛИКТА.

Подчас взрослому нелегко сдерживать себя, чтобы не поднять руку на ребенка. Многие родители легко раздают шлепки и подзатыльники, просто так, не задумываясь, по привычке.

ЧТО ЖЕ К ЭТОМУ ПРИВОДИТ?

СИТУАЦИЯ – МЫСЛИ - ЧУВСТВА - ДЕЙСТВИЯ родителей СИТУАЦИИ, ПРИЧИНЫ

Поведение ребенка, которое может привести к физическому наказанию:

- Не слушается, дерется, ведет себя вызывающе;
- Врет; Ворует;
- Не выполняет домашних обязанностей;
- Ломает игрушки, портит вещи;
- Капризничает во время еды, при отходе ко сну;
- Делает все медленно;
- Плохо учится; Ноет, хнычет

МЫСЛИ

Родители уверены, что они всегда знают, как их ребенок должен вести себя в данный момент. Часто у родителей есть образ «идеального ребенка», с которым они сравнивают своего реального. Они не учитывают, что ребенок может быть счастливым только будучи самим собой, а не таким, каким они себе его воображают. Неправильные представления о том, каким должен быть ребенок, завышенные требования к нему очень часто ведут к неправильным реакциям на поведение своего, а не идеального ребенка.

ЧУВСТВА

Отрицательные: раздражение, гнев, ярость, негодование – если с ними не справиться, приводят к физическому наказанию.

ДЕЙСТВИЯ

Физические наказания, которые, по мнению родителей, станут для ребенка заслуженными и заставят изменить поведение.

ЭТУ ЦЕПЬ РОДИТЕЛИ МОГУТ ПРЕРВАТЬ НА ЛЮБОМ ЭТАПЕ: НА УРОВНЕ СИТУАЦИИ

Вы можете изменить ситуацию так, чтобы ребенку незачем было вести себя неправильно.

Пример: ребенок постоянно обращается с требованиями, просьбами, не дает родителям поговорить друг с другом.

Предложение: не дожидайтесь, пока ребенок станет демонстрировать потребность в вашем внимании с помощью капризов. Придя с работы, сразу же уделите ребенку хотя бы 15 минут, поговорите с ним, поиграйте. Используйте любую возможность, чтобы выразить свои теплые чувства ребенку (чаще улыбайтесь, проходя мимо, просто погладьте по руке, обнимите и т.п.)

НА УРОВНЕ МЫСЛЕЙ И ОБРАЗОВ

Не предъявляйте ребенку требований, которые не соответствуют его возрасту и возможностям.

Пример: отец шлепает свою двухлетнюю дочь, чтобы «научить ее не выбегать на шумную улицу».

Предложение: присматривайте за малышкой в опасных ситуациях, пока она не достигнет возраста 6-7 лет, когда сама сможет оценить степень опасности. И дети, и взрослые лгут, когда чувствуют себя загнанными в угол, чтобы избежать наказания и из страха быть отвергнутыми.

Пример: ребенок обманывает.

Предложение: родители должны понять, что ребенок не родился лгуном, а у него должны быть причины для вранья.

НА УРОВНЕ ЧУВСТВ

Если поведение ребенка все-таки вызвало у вас раздражение, гнев, то не обязательно они должны вылиться в физическое наказание.

Пример: «Меня ужасно раздражает, когда мой сын поет».

Предложение: используйте те приемы релаксации, которые вы знаете: глубокий вдох, счет до десяти, расслабление мышц.

НА УРОВНЕ ДЕЙСТВИЙ

Если часто наказывать детей, то они могут привыкнуть реагировать только на физическое наказание.

Пример: ребенок толкается и возится до тех пор, пока его не отшлепают. Тогда он успокаивается.

Предложение: кроме физического наказания существуют другие меры дисциплинарного воздействия, которые вы не испробовали. Не действуйте сгоряча. Остановитесь и проанализируйте, отчего ваш ребенок ведет себя не так, как вам хочется? Возможно, ему просто не хватает вашего внимания. Побудьте с ним, расскажите сказку на ночь или почитайте книжку. Удивите ребенка, поступите не так, как всегда, и убедитесь в том, что ваш малыш слышит и понимает вас.

ОЧЕНЬ ЧАСТО НАКАЗАНИЕ ВЫЗЫВАЕТ У ДЕТЕЙ НЕ РАСКАЯНИЕ И ЖЕЛАНИЕ ИСПРАВИТЬСЯ, А СОВСЕМ ДРУГИЕ ЧУВСТВА.

- Возмущение, обиду: Это не справедливо. Я не заслужил такого отношения».

- Мечь: «Они выиграли сейчас, но я с ними сквитаюсь».

- Протест: «Я сделаю им назло, пусть они поймут, что я имею право поступать по-своему».

- Изворотливость: «В следующий раз я постараюсь не попасться».

- Снижение самооценки: «Я плохой, я не могу решать сам за себя, за меня всегда должны решать другие».